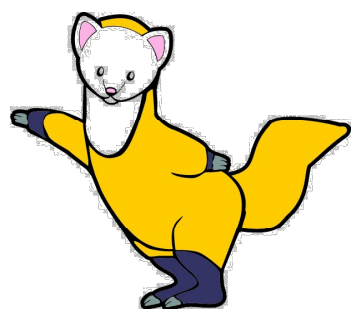


ふっくらおいしい ご飯を炊こう



～コッヘル炊飯～



① 米を研ぐ



3回くらいすすいたら、**手の甲がかくれるくらいまで水**を入れます。そのまま**15分**くらい**給水**します。

② まきを組む



かまどのふたを外して、新聞紙とまきをセットします。

③ まきの組み方



①新聞紙を**ふわっと丸めて**、中央におきます。
②新聞紙を囲むようにまきを**ピラミッド型**におきます。

④ かまどの準備完了



真ん中の3つのふたをぬいて、かまどにセットします。
※真ん中のふたは、なべ敷きにして使います。
注) お米の準備ができるまで火はまだつけません!!

⑤

最初は強火で



お米の給水が終わったら、いよいよ点火！！
しっかり まきに火がついて、強い火になっ
たらコッヘル（鍋）をおきます。

⑦

強火で約10分 沸騰



ふたがぐつぐつ、吹き出してくるまで
約10分。
強火で沸騰させます。

⑨

中をのぞく！



しばらくしたら、中をのぞいてみま
す。
水分がなくなっていたら、火からおろ
して、むらします。

⑥

火にかける前に！



かまどに置く前に、必ずコッヘルの底・
周りにクレンザーをぬります。
※焦げや汚れが落ちやすくなります。

⑧

吹き出してきたら中火



火ばさみでまきをくずしてならし、中火
にします。

注）強火のままにしておくと、芯が残っ
てしまいます！！

ふっくら
おいしいご飯の
できあがり～♪

